

ESENCIA VS PERSONAJE LIMITANTE

OBJETIVOS

Ampliar el autoconocimiento sobre uno mismo.

Conocer la mejor versión de uno mismo.

Identificar los personajes limitantes que impiden avanzar.

Aprender la coherencia entre **SER-HACER**.

Aumentar la autoestima.

METODOLOGÍA

Teorías y dinámicas de coaching para estimular el autoconocimiento de los alumnos.

Visualizaciones y proyecciones.

Retroalimentación de la experiencia individual y colectiva.

PROGRAMA

1. CONVERSACIÓN DE ESENCIA
2. IDENTIFICAR TÚ ESENCIA
3. CÓMO EMPODERARSE CON LA ESENCIA
4. IDENTIFICAR TUS PERSONAJES LIMITANTES
5. CAMBIAR TÚ RELACIÓN CON LOS PERSONAJES LIMITANTES
6. RESPONSABILIDAD VS VICTIMISMO

..... DURACIÓN: 6 HORAS

